

**PENGEMBANGAN PANDUAN LAYANAN BIMBINGAN
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MANAJEMEN
WAKTU BELAJAR MENGGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR ANALYSIS*
BAGI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)**



SKRIPSI

Oleh :

DEVY EKA NURMALASARI

K3112018

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

November 2016

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Devy Eka Nurmalasari
NIM : K3112018
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengatakan bahwa skripsi saya berjudul **“PENGEMBANGAN PANDUAN LAYANAN BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR MENGGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR ANALYSIS* BAGI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)”** ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Di samping itu, sumber informasi yang dikutip dari peneliti lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, November 2016

Yang membuat pernyataan



Devy Eka Nurmalasari

**PENGEMBANGAN PANDUAN LAYANAN BIMBINGAN
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MANAJEMEN
WAKTU BELAJAR MENGGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR ANALYSIS*
BAGI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)**

Oleh :

DEVY EKA NURMALASARI

K3112018

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling.**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

2016

iii

PERSETUJUAN

Nama : Devy Eka Nurmalasari
NIM : K3112018
Judul skripsi : Pengembangan Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik *Behavior Analysis* bagi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Persetujuan Pembimbing,

Pembimbing I



Dr. Wagimin, M. Pd.
NIP. 19510517 19703 1 1001

Pembimbing II



Dr. Edy Legowo, M. Pd.
NIP.19570324 19830 3 1002

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Devy Eka Nurmalasari
NIM : K3112018
Judul skripsi : Pengembangan Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik *Behavior Analysis* bagi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Rabu tanggal 23 November 2016. Skripsi telah direvisi sesuai balikan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Nama Penguji

Ketua : Dra. Wardatul Djannah, M.Pd.
Sekretaris : Rian Rokhmad Hidayat, M.Pd.
Anggota I : Dr. Wagimin, M.Pd.
Anggota II : Dr. Edy Legowo, M. Pd.

Tanda Tangan



Mengesahkan



Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret,

Prof. Dr. Joko Nurkamto, M. Pd.
NIP. 196101241987021001

Kepala Program Studi
Bimbingan dan Konseling,



Dr. Asrowi, M. Pd.
NIP. 195508081985031002

ABSTRAK

Devy Eka Nurmalasari. K3112018. **PENGEMBANGAN PANDUAN LAYANAN BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR MENGGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR ANALYSIS* BAGI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)**. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, November 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan prototipe-1 panduan layanan bimbingan untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu belajar menggunakan teknik *behavior analysis* bagi siswa sekolah menengah atas (SMA) yang siap diuji validitas, keefektifan, dan kepraktisan.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian dan pengembangan menurut Plomp, namun hanya sampai tahap pra pengembangan yaitu pada fase desain pembuatan produk. Subjek penelitian ini adalah siswa SMA Se-eks Karesidenan Surakarta kelas X, XI, XII, orang tua siswa, dan Guru BK. Data yang berupa tingkat kebutuhan dan kepentingan layanan bimbingan dan konseling menurut siswa, orang tua, dan Guru BK dikumpulkan menggunakan angket kebutuhan dan kepentingan siswa terhadap lima bidang pengembangan diri yakni bidang spiritual, akademik, karir, pribadi, dan sosial. Analisis data yang digunakan adalah persentase dan perbandingan untuk mengetahui tingkat kebutuhan dan kepentingan siswa SMA menurut siswa, orang tua, dan Guru BK. Selanjutnya dilakukan kajian teoritik untuk menentukan teknik yang relevan untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu belajar. Penelitian dan pengembangan dibatasi pada manajemen waktu belajar.

Hasil penelitian adalah sebagai berikut. *Pertama*, hasil kajian empirik memuat hasil survei yang menunjukkan 2078 responden (61,32%) sangat membutuhkan dan 2103 responden (62,55%) sangat merasa penting terhadap pengembangan keterampilan manajemen waktu berdasarkan siswa, guru BK, dan orang tua. *Kedua*, hasil kajian teoritik mengenai manajemen waktu belajar dan teknik *behavior analysis* meliputi pengertian manajemen waktu belajar, aspek-aspek manajemen waktu belajar, strategi manajemen waktu belajar, pengertian teknik *behavior analysis*, asumsi dasar *behavior analysis*, dan langkah-langkah *behavior analysis*. *Ketiga*, berdasarkan hasil analisis kajian empirik dan kajian teoritik dapat dikembangkan produk berupa Buku Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik *Behavior Analysis* bagi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA).

Hasil penelitian ini direkomendasikan kepada peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan uji validitas, keefektifan, dan kepraktisan terhadap produk yang dikembangkan.

Kata kunci: panduan layanan manajemen waktu, teknik *behavior analysis*,

siswa SMA

ABSTRACT

Devy Eka Nurmallasari. K3112018. **THE DEVELOPMENT OF GUIDANCE SERVICE GUIDEBOOK TO IMPROVE STUDY TIME MANAGEMENT SKILL USING BEHAVIOR ANALYSIS TECHNIQUE FOR HIGH SCHOOL STUDENTS**. Thesis, Surakarta: Teacher Training and Education Faculty of Surakarta Sebelas Maret University, November 2016.

This research aimed to provide prototype-1 of guidance service guidebook to improve study time management skill using behavior analysis for highschool students which was ready to test the validity, effectiveness, and practicality.

This study employed research and development design according to Plomp, but only reached the pre-development stage, on desain phase product development. The subjects of research were highschool students throughout Surakarta Residency in the 10th, 11th, 12th grades, parents, and counselor. The data needs and interests of the level of guidance and counseling services by students, parents, and counselors collected using a questionnaire needs and interests to the five areas of the field of self-development of spiritual, academic, career, personal, and social. Data analysis was conducted using percentage analysis and ranking to determine the level of highschool's students need and interest by students', parents', and counselors' perspectives. Further theoretical studies carried out to find out the relevant technique in increasing study time management skill. The research and development was restricted to study time management.

The results of research were as follows. First, the result of empirical study contained the result of survey revealing that 2078 respondents (61.32%) highly needed and 2103 respondents (62.55%) felt time management skill development as very important in students', parents', and counselors' perspectives. Second, the result of theoretical study on study time management and behavior analysis technique included the definition of study time management, aspects of study time management, strategies of study time management, the definition of behavior analysis technique, assumption of behavior analysis technique, and the steps of behavior analysis. Third, considering the result of preliminary study analysis and theoretical study, a product could be developed in the form of Guidance Service Guidebook to Improve Study Time Management Skill Using Behavior Analysis for Highschool Students.

The results of this research further were recommended to researchers who are interested to test the validity, effectiveness, and practicality of the product developed.

Keywords: *time management service guidebook, behavior analysis technique, highschool students*

MOTTO

- ✓ Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal shaleh, dan nasihat menasihati, supaya mentaati kebenaran, dan nasihat menasihati, supaya menetapi kesabaran. (QS. Al ‘Asr : 1-3)
- ✓ Waktu selalu berjalan dengan laju tertentu dan konstan, tetapi tampaknya tidak seorangpun mempunyai cukup waktu. Karena kita tidak mungkin menciptakan waktu lebih banyak lagi, kita wajib berhemat dengan waktu yang diberikan kepada kita. (Dale Timpe)
- ✓ Hiduplah seolah-olah kamu menikmati waktu terakhirmu. Menikmati apa yang kamu lakukan, melakukan apa yang kamu inginkan, menginginkan apa yang kamu butuhkan. Karena kamu tahu, sesuatu tak akan terasa sama sekalipun kamu mengulanginya. (Devy Eka Nurmalasari)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Bapak dan Ibu

“Terima kasih atas doa dan dukungan yang diberikan untuk menyelesaikan skripsi. Semoga terselesaikannya skripsi ini bisa membuat Bapak dan Ibu bangga.”

Adikku Prayudha Dwi Saputra

“Terima kasih atas canda, tawa, dan semangat yang kamu berikan. Semoga saya bisa menjadi teladan yang baik untukmu.”

Simbah dan keluarga di Secang

“Sebagai cucu pertama yang menyanggah gelar sarjana, semoga bisa membuat Mbah Kung dan Almh. Mbah Uti bangga telah merawat dan membesarkan saya sejak kecil.”

Almamater UNS

“Terima kasih atas ilmu dan pengalaman yang berharga sebagai bekal untuk mengarungi kehidupan.”

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT karena telah memberikan rahmat dan karunia-Nya berupa ilmu, inspirasi, kesehatan, dan keselamatan. Atas kehendak-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengembangan Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik *Behavior Analysis* bagi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)”.

Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Peneliti menyadari bahwa terselesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Selanjutnya, peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Joko Nurkamto, M. Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta beserta jajaran pimpinan fakultas dan staf karyawan atas kemudahan birokrasi yang diberikan.
2. Dr. Asrowi, M. Pd. Selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memotivasi peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi.
3. Dr. Wagimin, M. Pd. Selaku Pembimbing I yang selalu memberikan motivasi, bimbingan serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Edy Legowo, M. Pd. Selaku Pembimbing II yang selalu memberikan motivasi, bimbingan serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri se-eks karesidenan Surakarta (Surakarta, Sragen, Sukoharjo, Karanganyar, Wonogiri, Klaten dan Boyolali) yang telah memberikan kesempatan dan tempat guna pengambilan data dalam penelitian.
6. Siswa-siswi SMA Negeri di eks-karesidenan Surakarta atas partisipasinya dalam pelaksanaan penelitian.
7. Teman-teman seperjuangan penelitian payung atas kerja sama serta dukungan yang diberikan pada peneliti untuk menyelesaikan skripsi.

8. Teman-teman BK angkatan 2012 A yang memberikan dukungan dengan saling mengisi satu sama lain.
9. Penghuni kos New Wisma Duta atas kekeluargaan yang terjalin dan semangat yang diberikan untuk menyelesaikan skripsi.
10. Prafitri Kurniawan, seseorang yang selalu menemani, menyemangati, dan memotivasi peneliti untuk menyelesaikan skripsi.

Peneliti menyadari bahwa terdapat keterbatasan dalam penulisan skripsi sehingga skripsi masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran sangat diperlukan dalam rangka menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik. Meskipun demikian, peneliti berharap semoga skripsi ini membawa kebermanfaatan bagi pembaca.

Surakarta, November 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PENGAJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
HALAMAN MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Tujuan Penelitian dan Pengembangan.....	6
D. Spesifikasi Produk yang Diharapkan	6
E. Pentingnya Penelitian dan Pengembangan	8
F. Asumsi dan Keterbatasan Penelitian dan Pengembangan.....	8
G. Definisi Konseptual dan Definisi Operasional.....	9
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	 10
A. Keterampilan Manajemen Waktu Belajar	11
1. Pengertian Keterampilan Manajemen Waktu Belajar	11
2. Aspek Keterampilan Manajemen Waktu Belajar	13
3. Strategi Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar	14

B. Teknik <i>Behavior Analysis</i>	17
1. Pengertian Teknik <i>Behavior Analysis</i>	17
2. Asumsi Dasar <i>Behavior Analysis</i>	18
3. Langkah-langkah <i>Behavior Analysis</i>	19
C. Kaitan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar dan Teknik <i>Behavior Analysis</i>	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Model Penelitian dan Pengembangan	28
B. Desain Penelitian	29
C. Prosedur Penelitian dan Pengembangan.....	32
D. Isi Produk	37
E. Subjek Penelitian	41
F. Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data	41
G. Teknik Analisis Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil.....	44
1. Hasil Pengembangan Instrumen	44
2. Hasil Pengembangan Prototipe-1: Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik <i>Behavior Analysis</i> bagi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)	45
a. Hasil Studi Pendahuluan	45
b. Hasil Kajian Teoritis	47
c. Prototipe-1 : Panduan Layanan Bimbingan untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik <i>Behavior Analysis</i> bagi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)	49
B. Pembahasan	53
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	55
A. Simpulan.....	55
B. Implikasi	55

C. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Hubungan Fungsional Tingkah Laku.....	18
2.2. Bagan Asesmen Manajemen Waktu Belajar di Rumah menggunakan Teknik <i>Behavior Analysis</i>	20
2.3. Bagan Analisis Kontingensi ABC.....	21
3.1. Desain Penelitian dan Pengembangan menurut Plomp.....	30
3.2. Desain Penelitian dan Pengembangan Layanan Manajemen Waktu Belajar Tahap Pra Pengembangan.....	31
6.1. Pengisian Angket di SMA N 3 Sukoharjo	61
6.2. Pengisian Angket di SMA N 3 Sukoharjo	61
6.3. Pengisian Angket di SMA N 1 Bulu	61
6.4. Pengisian Angket di SMA N 1 Bulu	61
6.5. Pengisian Angket di SMA N 2 Sukoharjo	61
6.6. Pengisian Angket di SMA N 2 Sukoharjo	61

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. Kategori Penguatan	24
3.1. Kurikulum Layanan Manajemen Waktu Belajar menggunakan Teknik <i>Behavior Analysis</i>	35
3.2. Agenda Layanan Manajemen Waktu Belajar Sesi 1	38
3.3. Agenda Layanan Manajemen Waktu Belajar Sesi 2	39
3.4. Agenda Layanan Manajemen Waktu Belajar Sesi 3	40
3.5. Agenda Layanan Manajemen Waktu Belajar Sesi 4	40
3.6. Pembagian Item Bidang pada Instrumen Angket Kebutuhan dan Kepentingan Layanan Pengembangan Bidang Pribadi, Sosial, Karier, Akademik dan Spiritual	42
4.1. Hasil Presentase dan Perangkingan Kebutuhan dan Kepentingan Siswa Terhadap Pengembangan Karier menurut Siswa, Orang Tua, dan Guru BK di SMA Negeri se- eks Karesidenan Surakarta	46
4.2. Tabel Hasil Kajian Teoritis	48
6.1. KMO Hasil Analisis <i>Try Out</i> Angket Kebutuhan dan Kepentingan Siswa	60
6.2. Daftar Sekolah SMA Negeri Tempat Pengambilan Data di eks-Karesidenan Surakarta	62
6.3. Hasil Analisis Reabilitas <i>Try Out</i> Angket Kebutuhan dan Kepentingan Siswa	71
6.4. Daftar Sekolah Uji Coba	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Analisis Uji Validitas Instrumen	60
2. Dokumentasi Pengumpulan Angket.....	61
3. Daftar SMA Tempat Pengambilan Data	62
4. Lembar Angket Studi Pendahuluan	63
5. Lembar Jawab Angket Studi Pendahuluan	68
6. Hasil Reliabilitas <i>Try out</i> Angket.....	71
7. Daftar Sekolah Uji Coba	72
8. Surat Permohonan Survei.....	73
9. Surat Keterangan Telah Melakukan Survei	74